

# 舞蹈系與非舞蹈系女大學生體型滿意度、傳播媒體影響程度對社會體型焦慮及飲食態度之影響

胡凱揚<sup>1</sup>、周嘉琪<sup>2</sup>

<sup>1</sup>台灣警察專科學校講師

<sup>2</sup>國立體育學院博士生

## 摘要

本研究的目的是：一、比較舞蹈系與非舞蹈系女大學生在體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮及飲食態度上的差異；二、探討體型滿意度與傳播媒體影響程度對舞蹈系與非舞蹈系女大學生之社會體型焦慮及飲食態度的預測情形。本研究以七所大專院校學生 277 位(舞蹈系 139 位，非舞蹈系 138 位)為研究對象。研究工具為體型滿意度量表、傳播媒體影響程度量表、社會體型焦慮量表及飲食態度量表。所收集的資料以獨立樣本  $t$  考驗及多元逐步迴歸分析進行資料處理。研究結果如下：一、舞蹈系與非舞蹈系女大學生在體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮及飲食態度上差異達顯著水準。二、對舞蹈系女大學生而言，體型滿意度、評價性、注意性可有效預測負面體型評量不安(42.6%)；體型滿意度可有效預測體型呈現自在(43.5%)；注意性可有效預測飲食態度(7.0%)。三、對非舞蹈系女大學生而言，體型滿意度、注意性可有效預測負面體型評量不安(58.0%)；體型滿意度、認同性可有效預測體型呈現自在(43.6%)；評價性、認同性、注意性及體型滿意度可有效預測飲食態度(67.0%)。最後，本研究根據上述的結果進行討論，並針對實際應用和未來研究方向提出一些具體的建議。

**關鍵詞：**體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮、飲食態度



## 壹、緒論

### 一、研究背景

Furnham and Greaves (1994)認為，個體對於身體意象不滿意的核心是來自於個體知覺自己的實際體型與心目中理想體型間的差距過大；而個體本身對於體型的認知與了解通常能夠左右操控個體的體型觀念。為了外觀上的吸引力，人們通常會迎合社會外界的壓力以塑造出理想的外型，當人們對自己的外型或體重有錯誤或偏差的身體意象時，較有可能會知覺到社會體型焦慮。當個體過分重視自己的體型以及過分擔心他人的看法與評價時，此時個體就容易產生社會體型焦慮(Hart, Leary, & Rejesk, 1989)。根據 Eklund (2000)、古琪斐(2003)、胡凱揚(2005)的研究結果顯示，個體對於自我體型的滿意程度會直接影響到個體是否會產生社會體型焦慮，若個體對自我的體型滿意程度較高，個體便不容易知覺到社會體型焦慮。

盧俊宏、黃瀅靜(1999)、Haase and Papavessis (1998)的研究發現，社會體型焦慮不僅和個體之滿意程度密切相關，同時也和他人所給予的體型評價有關；顯示外界給予的訊息對於個體對自我體型的認知具有一定程度的影響力。舞蹈表演是舞者靠著肢體線條與動作透過身體傳達內在思想與情感的一門藝術，而舞蹈演出的場合，通常是一種在觀眾注目下的表演情境，大多數的觀眾都期待舞者有輕盈的體態、優美的線條來呈現舞姿，為了符合社會大眾的期許與要求，舞者無時無刻被提醒要使身體「輕盈」與「優美」。Wilfley and Rodin (1995)的研究指出，舞者會因觀眾的眼光與自我的要求，特別注重個人的體型、體態及體重控制。Abraham (1996)調查兩所芭蕾舞學校女學生，發現芭蕾舞者會因外在的評價而對自己的體重有扭曲的想法和評價，且高於其他同年齡的女孩。國內學者葉素汝(2005)的研究中也發現，舞蹈系學生「對瘦的渴望」更高於一般學生，可見得舞蹈系學生對於體型的要求較一般人更為嚴苛。

女性對於自我體型的滿意程度除了會影響知覺社會體型焦慮外，也會影響個體的飲食態度。Grogan (1999)認為女性對於體型的不滿與異常飲食傾向之間有顯著



的關聯性；Joiner and Kashubeck (1996)的研究指出，青少女的體型不滿意與厭食症、暴食症有相關存在，且是重要的預測變項；國內學者林宜親(1998)、賴靖薇(2002)的研究中也發現，當女性受試者自覺體重過重或對體型不滿意時，容易產生飲食異常的行為。但是從葉素汝(2005)的研究中卻發現，舞蹈系女學生在體型上較一般女學生來的滿意，卻在飲食態度上比一般女學生更容易產生飲食失調的情形，並且發現舞蹈系女學生對於身體意象程度上越是感到滿意就越容易產生飲食失調的情形。因此，舞蹈系與非舞蹈系的學生在體型滿意度與社會體型焦慮、飲食態度上的差異及預測情形為本研究研究目的之一。

導致個體產生社會體型焦慮與飲食失調的因素尚有許多，其中包含傳播媒體的影響。人類自從懂得用語言與文字和人進行溝通以及傳遞訊息之後，就已經建立媒體傳播的雛型了，它是聯繫人與人、人與社會之間的關係(陳薇婷，2001)。大部分的學者都相信社會壓力可以讓個體去追求所謂社會的標準體型，而媒體正好能夠反映出當時社會的標準(Grogan, 1999)。傳播媒體對日常生活的影響甚鉅，電視、報章雜誌、廣告均在不知不覺中主導了人們的態度與行為，造成強大的社會控制現象(Torrens, 1998)。Wercheim, Paxton, Schutz, and Muir (1997)訪談 30 位青少女，其中有 21 位受訪者表示，雜誌、電視、廣告等媒體是造成她們想要減重的壓力來源。由於傳播媒體不斷的灌輸女性「應該」且「必須」擁有纖瘦身材才算是美麗的觀念，使得女性接收到此類訊息之後，對於自己的身體會產生不滿意的知覺，甚至會對於體型感到焦慮與羞恥的感覺(劉育雯，2004)。

傳播媒體對於體型的影響力除了會使閱聽者對自我體型感到不滿、焦慮之外，還可能會影響其減重意圖，甚至是產生飲食上的偏差行為；Tiggemann, Gardiner, and Slater (2000)的研究發現，社會文化會藉由媒體所形塑纖瘦的標準，無形中強化他們對這種身材的認同度，導致強烈的壓力促使個體產生對自我體型感到不滿與焦慮，並產生刻意減重的念頭。Couth (1997)認為，廣告讓女人覺得「吃」是一種罪惡，使得 50%以上的女性時時處於刻意控制飲食的陰影下；Irving (1990)與 Stice



and Shaw (1994)都認為女性容易隨著照片裡坦露身材的女性完美典型(ideal)而產生了較高的體型不滿，以及降低自尊，甚至是產生對自我體型感到焦慮或是產生飲食失調的現象。林碧芬(1998)的研究中也發現，女大學生受到媒體影響越大時，則節食傾向就越高。隨著科技的日新月異，資訊的傳遞無遠弗屆，傳播媒體裡的美體意涵強襲而來，是否會對於女學生的社會體型焦慮及飲食態度產生改變，亦是本研究探討的重點。

## 二、研究目的

- (一)了解舞蹈系與非舞蹈系女大學生在體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮及飲食態度上的差異情形。
- (二)探討體型滿意度和傳播媒體影響程度對舞蹈系及非舞蹈系女大學生之社會體型焦慮及飲食態度的預測情形。

## 三、名詞解釋

### (一)體型滿意度

體型滿意主要是來自個體對於知覺自我體型的滿意程度。本研究是指參與者在胡凱揚(2005)編製之「體型滿意度量表」中的得分情形。

### (二)傳播媒體影響程度

傳播媒體影響程度主要在於了解受試者對於本身身體意象等觀念的訊息或評價受到傳播媒體影響程度。本研究是指參與者在胡凱揚(2005)所編製之「傳播媒體影響程度量表」中的得分情形。

### (三)社會體型焦慮

社會體型焦慮乃是一種「人們體驗到別人對他們體型評量時所產生的焦慮」(Hart et al., 1989)。本研究是指參與者在「社會體型焦慮量表」(盧俊宏、黃瀅靜，1999)中得分情形。

### (四)飲食態度

飲食態度是指個體對於飲食上是否有失調的傾向，本研究是指可能會產生



厭食症、暴食症等問題之飲食態度、信念以及在行為上所展現出來的基本特徵。本研究是指參與者在陳玉欣(1999)所編製的「飲食態度量表」中的得分情形。

## 貳、研究方法

### 一、研究對象

本研究以方便取樣的方式選取東吳大學、中國科技大學、中台科技大學、靜宜大學等四所大專院校非舞蹈系女學生，以及台北體院舞蹈系、台北藝術大學舞蹈系、台灣體院舞蹈系等三所大專院校舞蹈系女學生為研究參與者，有效樣本為 277 位(舞蹈系 139 位，非舞蹈系 138 位)，平均年齡為 19.64 歲( $SD= \pm 1.16$ )。

### 二、研究工具

#### (一)體型滿意度量表

本研究採用胡凱揚(2005)所編製的體型滿意度量表，目的在於測量研究對象對於自我體型滿意的程度。本量表共 11 題，得分愈高表示對自我體型愈滿意。本量表係採李克特式量尺，每一項問題包含五個感受點(1=非常不同意，5=非常同意)。本量表總解釋變異量為 53.12%，內部一致性係數值為 0.93。

#### (二)傳播媒體影響程度量表

本研究是採用胡凱揚(2005)所編製的傳播媒體影響程度量表，在測量大學生對於有關身體意象的訊息或評價受到傳播媒體影響之程度，得分越高表示受試者知覺傳播媒體影響的程度越高。本量表包含「認同性」、「注意性」、「評價性」三個分量表，共 17 題，本量表每一題項包含五個感受點(1=非常不符合，5=非常符合)。其中「認同性」之解釋變異量為 19.71%；「注意性」之解釋變異量為 18.49%；「評價性」之解釋變異量為 15.59%；全量表的解釋變異量為 53.79%；各分量表的內部一致性係數值介於 0.82~0.87 之間。

#### (三)社會體型焦慮量表

本研究主要在探討研究對象的社會體型焦慮程度，本量表採用盧俊宏、黃澄靜(1999)翻譯 Hart et al. (1989)所編製之社會體型焦慮量表，該量表共兩個



分量表(負面體型評量不安、體型呈現自在)，共 11 題，其中「負面體型評量不安」之解釋變異量為 38.2%；「體型呈現自在」之解釋變異量為 19.0%；總解釋變異量為 57.20%。兩分量表的內部一致性係數值分別為 0.84 與 0.82。

#### (四)飲食態度量表

本研究所採用的量表為陳玉欣(1999)翻譯 Garner, Olmsted, and Garfinkel (1982)所編製的飲食態度量表(EAT-26)，目的在於測量受試者對於飲食行為的態度。該量表共 26 題，每一題包含六個感受點，名稱及得分分別為「總是(3 分)」、「經常(2 分)」、「常常(1 分)」、「有時(0 分)」、「很少(0 分)」、「從不(0 分)」，總得分愈高表示其個體的飲食偏差傾向愈嚴重，反之則表示飲食偏差傾向愈小。

### 三、資料處理

全部量表、問卷施測完畢之後，進行登錄工作，並以 SPSS 11.0 for Windows 套裝軟體進行統計分析：

- (一)以獨立樣本 t 考驗探討舞蹈系與非舞蹈系女大學生在體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮及飲食態度之差異情形。
- (二)以多元逐步迴歸分析驗證舞蹈系和非舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對社會體型焦慮及飲食態度的預測情形。
- (三)本研究所有的統計考驗之顯著水準均定為  $\alpha = .05$ 。

### 參、結果與討論

#### 一、舞蹈系與非舞蹈系女大學生在體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮及飲食態度之差異情形

由表一得知，舞蹈系與非舞蹈系女大學生在體型滿意程度、傳播媒體影響程度中的三個分量表(認同性、注意性、評價性)、社會體型焦慮中的體型呈現自在分量表以及飲食態度六個因素差異達顯著水準( $p < .05$ )。其中舞蹈系女大學生的體型滿意度得分較非舞蹈系女大學生高出許多，體型呈現自在方面亦是如此，顯示由於舞蹈系的女大學生可能因訓練或表演需求的因素下，對於自我體型的要求與



管理比一般女性更為嚴謹。由於她們需要在舞台上充分的展現自我體態，因此對於自我的體型滿意度以及體型呈現的自在感也相對地比一般女大學生來的高，此與葉素汝(2005)的研究結果相同。

表一 舞蹈系與非舞蹈系女大學生在體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮及飲食態度之 t 考驗分析摘要表

因素	科系別	人數	平均數	標準差	t 值	p 值
體型滿意度	舞蹈系	139	29.12	7.91	8.46*	.001
	非舞蹈系	138	21.41	7.25		
認同性	舞蹈系	139	21.35	4.34	-5.15*	.001
	非舞蹈系	138	23.62	2.83		
注意性	舞蹈系	139	19.50	4.37	-5.79*	.001
	非舞蹈系	138	22.16	3.19		
評價性	舞蹈系	139	15.35	3.80	-5.26*	.001
	非舞蹈系	138	17.74	3.74		
負面體型	舞蹈系	139	24.30	4.73	-1.62	.107
評量不安	非舞蹈系	138	25.28	5.36		
體型呈現	舞蹈系	139	12.69	3.59	3.37*	.001
自在	非舞蹈系	138	11.45	2.43		
飲食態度	舞蹈系	139	30.55	13.17	11.33*	.001
	非舞蹈系	138	15.89	11.40		

\*p< .05

在傳播媒體影響程度上的三個分量表中，顯示非舞蹈系的女大學生受到傳播媒體的渲染與影響比舞蹈系女學生來的嚴重許多，造成這樣的結果可能是因為舞蹈系女大學生對於自我體型較為滿意，因此對於媒體的傳播與渲染較不受影響。在飲食態度方面，結果顯示舞蹈系女大學生在飲食態度異常的傾向比非舞蹈系的女學生嚴重許多，這樣的結果與葉素汝(2005)的研究相同，認為舞蹈系學生的飲食問題較一般科系學生來的嚴重許多，而這些的飲食問題很可能會引發其他不良的行為與後果，例如厭食症、催吐、憂鬱症等等(Ledoux, Choquet, & Manfredi, 1993)，這些都值得有關單位重視。

由於舞蹈系與非舞蹈系女大學生在體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體



型焦慮和飲食態度上的差異幾乎都達顯著水準，表示後續的預測情形分析必須將舞蹈系與非舞蹈系女大學生分開來討論。

## 二、舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對社會體型焦慮與飲食態度之預測情形

由表三、表四的結果可以看出：體型滿意度、注意性及評價性三個預測變項可以解釋舞蹈系女大學生「負面體型評量不安」42.6%的變異量( $F_{3,136}=33.40$ ,  $p<.05$ )；在「體型呈現自在」方面，僅體型滿意度一個變項能有效解釋43.5%( $F_{1,138}=105.33$ ,  $p<.05$ )的變異量。

表二 舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮及飲食態度之相關矩陣(N=139)

變項 名稱	體型 滿意度(1)	認同性 (2)	注意性 (3)	評價性 (4)	負面體型 評量不安(5)	體型呈現 自在(6)	飲食態度 (7)
(1)	1.00						
(2)	-0.37*	1.00					
(3)	-0.25*	0.75*	1.00				
(4)	-0.13	0.54*	0.59*	1.00			
(5)	-0.57*	0.45*	0.41*	0.36*	1.00		
(6)	0.66*	-0.19*	-0.07	0.01	-0.60*	1.00	
(7)	-0.07	-0.13	-0.27*	-0.15	-0.08	-0.11	1.00

\* $p<.05$

表三 舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對負面體型評量不安之逐步迴歸分析摘要表(N=139)

順序	預測 變項	原始分數 迴歸係數	標準化 迴歸係數	決定係數 改變量	決定係數 累積量	F值	p值
1	體型滿意度	-0.30	-0.50	0.32		33.40*	.001
3	注意性	0.25	0.20	0.09	0.41		
2	評價性	0.18	0.17	0.02	0.43		
	截距	25.68					

\* $p<.05$



表四 舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對體型呈現自在之逐步迴歸分析摘要表(N=139)

順序	預測變項	原始分數迴歸係數	標準化迴歸係數	決定係數改變量	決定係數累積量	F 值	p 值
1	體型滿意度	0.30	0.66	0.44	0.44	105.33*	.001
	截距	3.98					

\*p<.05

此結果顯示，當舞蹈系女大學生對自我體型感到不滿時，會開始擔心觀眾等他人會對於自我體型產生負面的評價，並且對於自我體型的呈現感到不自在，尤其是站在舞台上表演的時刻，更容易感受到這樣的壓力，因此對於自我體型的滿意程度是舞蹈系女大學生預測社會體型焦慮的重要因素。而舞蹈系女學生對於傳播媒體中的體型愈去注意以及贊同此體型評價時，則會認為自己的體型也應該受到嚴苛的檢核，觀眾亦會用相同的評價方式來看待她們的體型，因此較容易產生負面體型評量不安的情形。

表五 舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對飲食態度之逐步迴歸分析摘要表(N=139)

順序	預測變項	原始分數迴歸係數	標準化迴歸係數	決定係數改變量	決定係數累積量	F 值	p 值
1	注意性	-0.83	-0.28	0.07	0.07	11.33*	.001
	截距	54.77					

\*p<.05

從表五得知：僅「注意性」能有效預測舞蹈系女大學生的「飲食態度」，可解釋的變異量數僅為 7.0%( $F_{1,138}=11.33$ ,  $p<.05$ )。因此，可能尚有其他的因素更直接影響舞蹈系女大學生飲食態度；且從回收的資料中發現，舞蹈系女大學生不論對於體型的滿意程度為何，幾乎都會有較高的飲食異常的傾向，可見得舞者為了能夠在舞台上展現最完美的一面，除了不斷的練習和排演外，身材體態的維持和雕塑更是不可或缺的一環，因此舞者的背後隱藏了多少不為人知的心酸血淚(邱麗玲，2002)。



### 三、非舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對社會體型焦慮與飲食態度之預測情形

由表七結果得知：「體型滿意度」、「注意性」可解釋非舞蹈系女大學生「負面體型評量不安」58.0%的變異量( $F_{2,136}=93.16, p<.05$ )。表八結果顯示：「體型滿意度」、「認同性」可解釋「體型呈現自在」43.6%的變異量( $F_{2,136}=52.10, p<.05$ )。

由結果得知，對非舞蹈系女大學生而言，當個體對自我體型愈滿意，愈不易產生負面體型評量不安的情形，並且對於自我體型的呈現愈感自在，此時個體便不容易知覺到社會體型焦慮；此結果與 Eklund (2000)、古雯琪(2003)等學者的研究結果相符合。另外，當個體對傳播媒體中的體型愈注意時，則會產生較高的負面體型評量不安；且愈去認同傳播媒體中的體型時，個體會對於體型呈現感到不自在、困擾，進而產生社會體型焦慮的情緒；Tiggemann et al. (2000)也認為過度涉入傳播媒體的訊息會使個體對於自我體型要求過於嚴苛，導致產生社會體型焦慮的情形。

表六 非舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度、社會體型焦慮及飲食態度之相關矩陣(N=138)

變項 名稱	體型 滿意度(1)	認同性 (2)	注意性 (3)	評價性 (4)	負面體型 評量不安(5)	體型呈現 自在(6)	飲食 態度(7)
(1)	1.00						
(2)	-0.31*	1.00					
(3)	-0.56*	0.69*	1.00				
(4)	-0.61*	0.62*	0.82*	1.00			
(5)	-0.73*	0.33*	0.59*	0.60*	1.00		
(6)	0.62*	-0.42*	-0.53*	-0.46*	-0.29*	1.00	
(7)	-0.34*	0.05	0.47*	0.58*	0.22*	-0.36*	1.00

\* $p<.05$



表七 非舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對負面體型評量不安之逐步迴歸分析摘要表(N=138)

順序	預測變項	原始分數迴歸係數	標準化迴歸係數	決定係數改變量	決定係數累積量	F 值	p 值
1	體型滿意度	-0.43	-0.58	0.53		93.16*	.001
2	注意性	0.44	0.26	0.05	0.58		
	截距	24.74					

\*p&lt;.05

表八 非舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對體型呈現自在之逐步迴歸分析摘要表(N=138)

順序	預測變項	原始分數迴歸係數	標準化迴歸係數	決定係數改變量	決定係數累積量	F 值	p 值
1	體型滿意度	0.18	0.54	0.38		52.10*	.001
2	認同性	-0.22	-0.25	0.06	0.44		
	截距	12.72					

\*p&lt;.05

表九 非舞蹈系女大學生之體型滿意度、傳播媒體影響程度對飲食態度之逐步迴歸分析摘要表(N=138)

順序	預測變項	原始分數迴歸係數	標準化迴歸係數	決定係數改變量	決定係數累積量	F 值	p 值
1	評價性	2.38	0.78	0.33		67.46*	.001
2	認同性	2.32	0.62	0.27	0.60		
3	注意性	1.75	0.49	0.05	0.66		
4	體型滿意度	-0.245	-0.16	0.01	0.67		
	截距	20.61					

\*p&lt;.05

從表九的結果可以看出：評價性、認同性、注意性及體型滿意度對於非舞蹈系女大學生「飲食態度」的解釋變異量為 67.0%( $F_{1,134}=67.46, p<.05$ )。因此，當非舞蹈系女學生愈是在意、認同傳播媒體裡的身體意象時，容易受其訊息影響產生想瘦的念頭，進而容易產生飲食態度偏差；另外，當她們對自我體型愈感到不滿意時，愈容易有飲食異常的傾向，期望藉由此方式來達到理想體型；Joiner and Kashubeck (1996)、賴靖薇(2002)也認為，當女性對體型感到不滿意時，



就容易產生飲食異常的行爲。

## 肆、結論與建議

### 一、結論

- (一)舞蹈系女大學生在體型滿意度、社會體型焦慮中的「體型呈現自在」以及飲食態度得分顯著高於非舞蹈系女大學生；非舞蹈系女大學生在傳播媒體影響程度中的「認同性」、「注意性」、「評價性」得分顯著高於舞蹈系女大學生。
- (二)就舞蹈系女大學生而言，體型滿意度、傳播媒體影響程度中的「認同性」及「評價性」三個因素對社會體型焦慮的「負面體型評量不安」的預測力達 42.6%；體型滿意度對社會體型焦慮中的「體型呈現自在」的預測力達 43.5%；傳播媒體影響程度的「注意性」與飲食態度有負相關存在，且對飲食態度的預測力達 7.0%。
- (三)就非舞蹈系女大學生而言，體型滿意度、傳播媒體影響程度的「注意性」對社會體型焦慮中的「負面體型評量不安」的預測力達 58.0%；體型滿意度、傳播媒體影響程度的「認同性」對於社會體型焦慮中的「體型呈現自在」的預測力達 43.6%；傳播媒體影響程度的「評價性」、「認同性」、「注意性」以及體型滿意度四個因素對飲食態度的預測力達 67.0%。

### 二、建議

根據本研究的結論研究者提供下列問題與建議：

- (一)飲食態度方面：舞蹈系女大學生對自我體型的滿意程度與體型呈現自在均較非舞蹈系女大學生來得高，在飲食態度上卻也明顯的比非舞蹈系女學生來的偏差許多，可見得飲食異常的情況在舞蹈界儼然成爲常態現象，無論對於自我體型是否滿意，均有飲食異常的傾向，所以相關教育單位應在重視學生舞台表現之餘，也該注重學生對體型認知的教育，避免學生爲了追求舞台上的光彩而喪失了健康的人生。
- (二)體型焦慮方面：無論是舞蹈系或是非舞蹈系的女大學生，對她們而言，體型



滿意度、傳播媒體影響程度均是影響知覺社會體型焦慮的重要因素，為了避免學生過度對於自我體型產生負面的焦慮心理，應該從學生對於體型的認知上開始著手，減少對體型不滿的想法與情緒，提高對自我的信心，破除「瘦即是美」的偏差思維與刻板印象，倡導正確的健康觀念，讓身體獲得真正的解放。

(三)未來研究方面：本研究的預測變項雖然對於非舞蹈系女大學生的飲食態度有極高的預測能力，卻對於舞蹈系女大學生的飲食態度預測能力十分有限，可見得影響舞蹈系女學生飲食態度尚有其他的關鍵因子未能釐清；建議未來的研究者可以利用質性研究的方式，詳實記載舞蹈系學生或舞者所背負的壓力與社會的期待，並從中找尋影響他們控制飲食與體重的主因，相信能讓舞蹈教育重新省思，找到藝術價值與身心健康的平衡點。

## 參考文獻

- 古琪雯(2004)：**青少女體型不滿意、社會體型焦慮與飲食異常傾向之關係研究—以台中縣某中學為例**。未出版之碩士論文，台北市，國立台灣師範大學衛生教育學系。
- 邱麗玲(2002)：舞蹈人的飲食迷思。**北體學報**，11 期，117-120 頁。
- 林宜親(1998)：**青少年體型意識與節制飲食行為之研究**。未出版之碩士論文，台北市，國立台灣師範大學家政教育研究所。
- 林碧芬(1998)：**大學生節食行為與父母親飲食教養行為及其他相關因素之研究**。未出版之碩士論文，台北市，國立台灣師範大學家政教育研究所。
- 胡凱揚(2005)：**體型滿意度、傳播媒體影響程度與身體活動自我呈現自信心對大學生社會體型焦慮及運動參與程度之影響**。未出版之碩士論文，桃園縣，國立體育學院體育研究所。
- 葉素汝(2005)：**舞蹈系學生的身體形象、完美主義與飲食態度之關係研究**。**大專體育學刊**，7 卷 2 期，125-135 頁。



- 陳玉欣(1999)：國中生飲食行爲及相關因子的流行病學研究。未出版之碩士論文，台北市，國立台灣大學流行病學研究所。
- 陳薇婷(2001)：媒體報導對優秀運動員參賽心理之影響—以我國參加二千年雪梨奧運培訓隊運動員為例。未出版之碩士論文，台北市，台北體育學院運動科學研究所。
- 賴靖薇(2002)：青少年異常飲食行爲傾向與內外控人格特質之相關研究。未出版之碩士論文，台北市，國立陽明大學社區護理研究所。
- 劉育雯(2004)：在觀看與被觀看之間：高中女學生身體意象之研究。未出版之碩士論文，台北市，國立台灣師範大學教育研究所。
- 盧俊宏、黃瀅靜(1999)：大專學生社會體型焦慮、身體質量指數和運動行爲之關係研究。*大專體育學刊*，1卷2期，129-137頁。
- Abraham, S. (1996). Characteristics of eating disorders among young ballet dancers. *Psychopathology*, 2(4), 223-229.
- Couth, R. (1997). A review of slim hopes: Advertising & the obsession with thinness. (ERIC Document Reproduction Service NO. ED 408947.)
- Eklund, B. T. (2000). Social physique anxiety and physical activity among adolescents. *Reclaiming Child Youth*, 9, 139-142.
- Furnham, A., & Greaves, N. (1994). Gender and locus of control correlates of body image dissatisfaction. *European Journal of Personality*, 8, 183-200.
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., & Garfinkel, P. E. (1982). The eating attitudes test: Psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12, 871-878.
- Grogan, S. (1999). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London: Routledge.
- Haase, A. M., & Prapavessis, H. (1998). Social physique anxiety and eating attitudes:



- Moderating effects of body mass and gender. *Psychology, Health & Medicine*, 3(2), 125-135.
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of School Health*, 56(2), 76-77.
- Irving, L. M. (1990). Mirror images: Effects of the standard of beauty on the self-and body-esteem of women exhibiting varying levels of bulimic symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 230-242.
- Joiner, G. W., & Kashubeck, S. (1996). Acculturation, body image, self-esteem, and eating-disorder symptomatology in adolescent Mexican women. *Psychology of Women Quarterly*, 20(3), 419-435.
- Ledoux, S., Choquet, M., & Manfredi, R. (1993). Associated factors for self-reported binge eating among male and female adolescents. *Journal of Adolescence*, 16, 75-91.
- Stice, E., & Shaw, H. E. (1994). Adverse effects of the media portrayed thin-ideal on women and linkages to bulimic symptomatology. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13, 288-308.
- Tiggemann, M., Gardiner, M., & Slater, A. (2000). I would rather be size 10 than have straight A's: A focus study group of adolescent girls' wish to be thinner. *Journal of Adolescence*, 23(6), 645-659.
- Torrens, K. M. (1998). I can get any job and feel like a butterfly! Symbolic violence in the TV adolescent of Jenny Craig. *Journal of Communication*, 22(1), 27-47.
- Wercheim, E. H., Paxton, S. J., Schutz, H. K., & Muir, S. L. (1997). Why do adolescent girls watch their weight? An interview examining sociocultural pressures to be thin. *Journal of Psychosomatic Research*, 42(4), 345-355.
- Wilfley, K. C., & Rodin, J. (1995). Cultural influences on eating disorders. In K. D.



Brownell & C. G. Fairburn (Eds), *Eating disorders and obesity: A comprehensive handbook* (pp. 191-198). NY: The Guilford Press.



# The Effects of Physique Satisfaction and the Degree of Media Effect on Social Physique Anxiety and Eating Attitudes in Female College Students in Dancing Department and Non-Dancing Department

Kai-Yang Hu and Chia-Chi Chou

USSA & NCPES

## Abstract

The purposes of this study were: 1.to compare the differences of physique satisfaction, the degree of media effect, social physique anxiety and eating attitudes between the female college students in dancing department and non-dancing department; 2.to explore the effects of physique satisfaction and the degree of media effect on social physique anxiety and eating attitudes in female college students in dancing department and non-dancing department. There were 277 participants drawn from 7 universities and colleges (139 students in dancing department, 138 students in non-dancing department). The research tools were Physique Satisfaction Inventory, Degree of Media Affected Inventory, Social Physique Anxiety Scale and Eating Attitudes Test-26. The collected data were analyzed by t-test(independent) and multiple stepwise regression analysis. The findings were as the following: 1.There were differences in the degree of physique satisfaction, media effect, social physique anxiety, and eating attitudes between female college students in dancing department and non-dancing department. 2.For students in dancing department, physique satisfaction, appraisal, and attention could effectively predict Negative Physique Evaluation Concern(42.6%). Physique satisfaction could effectively predict Physique Presentation Comfort(43.5%). Attention could effectively predict Eating Attitudes (7.0%). 3.For students in non-dancing department, physique satisfaction, and attention could



effectively predict Negative Physique Evaluation Concern(58.0%). Physique satisfaction and identity could effectively predict Physique Presentation Comfort(43.6%). Appraisal, identity, attention and physique satisfaction could effectively predict Eating Attitudes (67.0%). Finally, the results were discussed, and the suggestions of practical application and future research were offered.

**Key words:** physique satisfaction, the degree of media effect, social physique anxiety, eating attitudes

